

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Penelitian dengan judul ”Analisis Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan *Waist to Height Ratio* (WHtR) terhadap Risiko Penyakit Kardiovaskular Aterosklerosis menggunakan *ASCVD Risk Score* pada Pasien di Poliklinik Penyakit Dalam RS Hermina Padang”.

Dari penelitian ini didapatkan kesimpulan bahwa :

1. Distribusi Indeks Massa Tubuh (IMT) pada pasien di Poliklinik Penyakit Dalam RS Hermina Padang menunjukkan bahwa prevalensi obesitas cukup tinggi pada populasi penelitian yaitu 19 orang (46,3%).
2. Distribusi *Waist to Height Ratio* (WHtR) menunjukkan bahwa mayoritas pasien berada pada kategori risiko tinggi sebanyak 26 orang (63,4%).
3. Distribusi *ASCVD Risk Score* menunjukkan bahwa sebagian besar pasien berada pada kategori risiko sedang sebanyak 17 orang (41,5%).
4. Terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan antara IMT dengan risiko penyakit kardiovaskular aterosklerosis berdasarkan skor *ASCVD* ($r = 0,653$; $p < 0,05$).
5. Terdapat hubungan positif yang sangat kuat dan signifikan antara WHtR dengan risiko penyakit kardiovaskular aterosklerosis berdasarkan skor *ASCVD* ($r = 0,816$; $p < 0,05$). Dengan demikian, WHtR dapat dianggap sebagai parameter antropometri yang lebih sensitif dan reliabel dalam menilai risiko aterosklerosis pada populasi penelitian ini.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi RS Hermina Padang

Rumah Sakit Hermina disarankan agar pengukuran *Waist to Height Ratio* (WHtR) diintegrasikan ke dalam pemeriksaan rutin pasien di Poliklinik Penyakit Dalam, bersamaan dengan Indeks Massa Tubuh (IMT), sehingga penilaian status obesitas pasien lebih komprehensif. Rumah sakit juga perlu menyusun protokol klinis dengan menggunakan *cut-off* WHtR $\geq 0,5$ sebagai indikator risiko kardiovaskular, serta memberikan pelatihan berkala kepada tenaga kesehatan mengenai teknik pengukuran lingkaran pinggang yang benar, interpretasi hasil, dan tindak lanjut intervensi berbasis bukti.

7.2.2 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini menekankan pentingnya memasukkan WHtR sebagai salah satu parameter antropometri dalam kurikulum kedokteran dan ilmu kesehatan, mengingat kemampuannya yang lebih akurat dalam memprediksi risiko kardiovaskular dibandingkan IMT. Selain itu, institusi pendidikan diharapkan mendorong mahasiswa untuk melakukan penelitian serupa dan melaksanakan program pengabdian masyarakat yang menekankan pencegahan obesitas abdominal melalui edukasi kesehatan.

7.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya perlu dikembangkan dengan desain longitudinal dan melibatkan jumlah sampel yang lebih besar serta populasi yang lebih beragam. Pada penelitian ini, keterbatasan jumlah sampel dan ketidakseimbangan proporsi jenis kelamin—dengan sampel perempuan yang lebih dominan—dapat memengaruhi

generalisasi hasil dan meningkatkan risiko bias. Oleh karena itu, penelitian mendatang sebaiknya menggunakan sampel yang lebih besar dengan distribusi jenis kelamin yang seimbang untuk memperkuat validitas eksternal dan meminimalkan bias seleksi.

Selain itu, pengembangan model prediksi risiko yang lebih komprehensif perlu mempertimbangkan variabel tambahan seperti profil lipid, kadar glukosa darah, tekanan darah, pola makan, aktivitas fisik, dan faktor genetik. Integrasi variabel-variabel tersebut dapat meningkatkan akurasi prediksi dan memberikan pemahaman yang lebih holistik mengenai faktor risiko penyakit kardiovaskular.

Studi lebih lanjut mengenai efektivitas biaya (cost-effectiveness) penggunaan WHtR sebagai alat skrining, serta evaluasi intervensi yang menargetkan pengurangan lemak abdominal terhadap penurunan skor ASCVD, sangat diperlukan. Penelitian-penelitian tersebut akan memperkaya bukti ilmiah (evidence) lokal dan mendukung perumusan kebijakan kesehatan berbasis bukti di Indonesia.